



Winter - Übungsstundenplan
01. November 2011 - 31. März 2012

Pilates

Übungsleiterin: Petra Christ
 Übungsleiterin: Manuela Rasch
 Tel. 08851/614777
 Übungsleiter: Krämer Manfred
 Tel. 08856/8936

- z. Zeit ausgebucht -
 - z. Zeit ausgebucht -

Montag, Gruppe I 17.30 – 18.15 Uhr
 Gruppe II 18.30 – 19.15 Uhr
 Gruppe III 17.00 – 18.00 Uhr
 Fitnessstudio New Energy, Grube 37

Faustball

Übungsleiter: Josef Christ
 (Tel. 08856/1499)

Montag, 18.15 – 19.45 Uhr
 Dreifachturnhalle, Josef-Boos-Platz

Sitzball

Übungsleiter : Herbert Wagner
 (08856/3251)

Montag, 18.00 – 20.00 Uhr
 Bürgermeister-Prandl-Schulturnhalle

Wassergymnastik

Übungsleiter: Brem Manfred
 Betreuerin: Helga Kolodziej
 (Tel. Ü: 08856/3081; B: 08856/5642)

Montag, Gruppe I 16.00 – 17.00 Uhr
 Gruppe II 17.00 – 18.00 Uhr
 Wellenbad, Seeshaupter Straße

Pilates

Übungsleiterin: Petra Christ
 (Tel. 08856/1499)

- z. Zeit ausgebucht -

Dienstag, Gruppe IV 16.30 – 17.15 Uhr
 Fitnessstudio New Energy, Grube 37

Sport- und Vital Stünderl

Übungsleiterin: Petra Christ

z. Zeit ausgebucht -

Dienstag, 17.30 - 18.15 Uhr
 Fitnessstudio New Energy, Grube 37

Fußballtennis I

Übungsleiter: Josef Christ

Dienstag, 17.30 – 19.00 Uhr
 Dreifachturnhalle, Josef-Boos-Platz

Schwimmen

Betreuerin: Edelgard Grieb
 (Tel. 08856/7630)

Dienstag, 17.00 – 20.00 Uhr
 Wellenbad, Seeshaupter Straße

Nordic-Walking – Anfänger -

Nordic-Walking – Geübte -

Übungsleiterin: Manuela Rasch

Mittwoch, 15.50 - 17.00 Uhr
 17.00 – 18.00 Uhr
 Treffpunkt: Bgm.-Prandl-Schulturnhalle

Kardiofit/Diabetes-Gymnastik

Übungsleiter: Manfred Krämer

Mittwoch, 16.30 – 17.30 Uhr
 Fitnessstudio New Energy, Grube 37

Wirbelsäulengymnastik I

Übungsleiter: Manfred Krämer

Mittwoch, 18.00 – 19.00 Uhr
 Fitnessstudio New Energy Grube 37

Kegeln, 14-tägig

Betreuerin: Gertraud Winklmann
 (08856/4406)

Mittwoch, 19.00 – 21.00 Uhr
 Oberland Kegelhalle, Seeshaupter Str.

Tennis

Übungsleiter: Benedikt Dispan
 (Tel. 08856/3385)

Donnerstag, 09.00 – 11.00 Uhr
 Tennishalle, Seeshaupter Str.

Allgemein-/Osteoporose-Gymnastik

Übungsleiter: Herbert Wagner

Donnerstag, 16.00 – 17.00 Uhr
 Bgm.-Prandl-Schulturnhalle, Bergstr.

Reha-Gymnastik

Übungsleiter: Herbert Wagner

Donnerstag, 17.00 – 18.00 Uhr
 Bgm.-Prandl-Schulturnhalle, Bergstr.

Fußballtennis II

Übungsleiter: Josef Christ

Donnerstag, 18.30 – 20.30 Uhr
 Bgm.-Prandl-Schulturnhalle, Bergstr.

Wirbelsäulengymnastik II

Übungsleiter: Manfred Krämer

Freitag, 15.00 – 16.00 Uhr
 Fitnessstudio New Energie, Grube 37